



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

FERNANDA GERVINO CARLESSI

LOMBALGIA E SEUS EFEITOS NA ROTINA DOS TRABALHADORES DA INDÚSTRIA
TÊXTIL DA CIDADE DE IBITINGA - SP (CAPITAL NACIONAL DO BORDADO).

SÃO PAULO
2019

FERNANDA GERVINO CARLESSI

LOMBALGIA E SEUS EFEITOS NA ROTINA DOS TRABALHADORES DA INDÚSTRIA
TÊXTIL DA CIDADE DE IBITINGA - SP (CAPITAL NACIONAL DO BORDADO).

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Especialização em Saúde da
Família da Universidade Federal de São Paulo
para obtenção do título de Especialista em
Saúde da Família

Orientação: CLODOALDO PENHA ANTONIASSI

SÃO PAULO
2019

Resumo

A lombalgia é uma das alterações músculo-esqueléticas mais comuns nas sociedades industrializadas, decorrentes ao esforço requerido para atividades do trabalho e da vida diária acometendo entre 70% a 80,5% da população, principalmente no sexo feminino. Esse projeto visa à melhor atuação terapêutica sobre a queixa de dor lombar nos pacientes da Unidade Básica de Saúde Jardim dos Ipês em Ibitinga, São Paulo, buscando melhores condutas médicas, fisioterapêuticas e dentro das indústrias têxteis do município para melhora na qualidade de vida dos seus trabalhadores e conseqüente melhora do desempenho laboral. A observação das condutas e suas respostas terapêuticas são algumas das estratégias que foram utilizadas para esse fim. Espera-se assim qualificar o atendimento, permitindo ganho em qualidade e longitudinalidade no atendimento e seguimento dessa população.

Palavra-chave

Dor Lombar. Doenças Ocupacionais. Doenças Musculoesqueléticas. Doença Crônica. Qualidade de Vida.

Introdução

O termo lombalgia refere-se à dor na coluna lombar. Essa é uma das alterações músculo-esqueléticas mais comuns nas sociedades industrializadas, é uma doença que acomete entre 70% a 80,5% da população, sendo o maior índice de pacientes pertencentes ao sexo feminino entre 22 a 45 anos de idade (ANDRADE et al., 2005; GASKELL et al., 2007; LUCA et al., 1999; TREVISANI; ATALLAH, 2003). As algias são decorrentes ao esforço requerido para atividades do trabalho e da vida diária, podendo variar de uma dor súbita à dor intensa e prolongada, geralmente de curta duração, porém com padrão de recorrência em 30% a 60% dos casos quando relacionados ao trabalho (BRIGANÓ; MACEDO, 2005).

Diversos são os fatores de risco relacionados ao desencadeamento da lombalgia. Entre eles estão fatores ocupacionais como a sobrecarga pelo levantamento de peso, exposição ao estresse vibratório e a manutenção da posição sentada por períodos prolongados. Dentre os fatores relacionados ao indivíduo, estão os emocionais (ansiedade, depressão, responsabilidade estressante, insatisfação e estresse mental no trabalho e imagem corporal negativa), a falta de condicionamento físico, a má postura, a fraqueza da musculatura abdominal e a obesidade (SCOTT, 2005).

Suas consequências incluem debilidade física, absenteísmo no trabalho e problemas psicológicos diversos. A identificação precoce de indivíduos com dor lombar com risco de tornar-se crônica é necessária para que se realizem intervenções adequadas, o mais rápido possível, a fim de evitar a cronicidade e, assim, reduzir as consequências econômicas, sociais e pessoais, associadas a essa disfunção. (Swinkels-Meewisse EJ).

Foram coletados dados de 31 pacientes com a queixa principal por base do E-SUS do mês de Outubro de 2018 a Janeiro de 2019 na Unidade Básica de Saúde Jardim dos Ipês de Ibitinga A média foi de, aproximadamente, duas consultas médicas por lombalgia a cada semana. Dentre as consultas, foram observados 24 pacientes do sexo feminino com idades entre 17 e 57 anos e 7 pacientes do sexo masculino com idades entre 39 e 54 anos, todos trabalhadores da indústria têxtil.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo geral: Melhorar a qualidade de vida dos trabalhadores da indústria têxtil de Ibitinga,SP - Capital Nacional do Bordado.

Objetivo específico 1: Quantificar o número de consultas médicas por queixa de dor lombar;

Objetivo específico 2: Separar os pacientes em grupos relacionados ao tratamento (Medicações de ação imediata, medicações de ação prolongada, encaminhamento à fisioterapia e orientação de exercícios de alongamento antes e após o serviço);

Objetivo específico 3: Associar os casos com melhora e o tipo de tratamento.

Objetivo específico 4: Demonstrar o efeito terapêutico e a importância do tratamento e suas consequências aos pacientes.

Objetivo específico 5: Atuar junto a população, unidades básicas de saúde da cidade, indústrias têxteis e órgãos públicos para a prevenção da lombalgia e melhora da qualidade de vida destes trabalhadores.

Método

- ♦ Local do estudo: o projeto de intervenção será realizado na Unidade Básica de Saúde Jardim dos Ipês, no bairro Ipê 4, município de Ibitinga/SP.
- ♦ Público alvo/participantes: a realização do projeto contará com a participação dos usuários da unidade que procuraram atendimento médico por queixa de lombalgia associada ao trabalho na indústria têxtil.
- ♦ Ações
- ♦ Ação específica 1: Quantificação dos casos

Os casos serão quantificados a partir da contagem de consultas médicas associadas a queixa de lombalgia pelos trabalhadores da indústria têxtil por meio do E-sus da unidade.

- ♦ Ação específica 2: Tipo de tratamento

A partir da contagem dos casos, estes serão divididos entre os tipos de tratamentos indicados pela médica responsável pelo atendimento: Medicamentos de ação imediata (AINEs, analgésicos, relaxantes musculares, opioides), Medicamentos de ação prolongada (fórmula de uso contínuo, medicamentos alto custo), Encaminhamentos à Fisioterapia e Orientações quanto a exercícios de alongamento antes e após o serviço.

- ♦ Ação específica 3: Associação de conduta e melhora da queixa

Os casos que apresentaram melhora da queixa de lombalgia serão associados ao tipo de tratamento indicado.

- ♦ Ação específica 4: Consequências dos tratamentos

Serão observadas as consequências causadas pelo tipo de tratamento realizado ou não realizado (demissão do trabalho, melhora da capacidade laboral, melhora parcial da dor, etc.)

- ♦ Ação específica 5: Atuação do projeto na comunidade e metas

Serão relatadas a importância da atenção à saúde do trabalhador e as ações necessárias para evitar os problemas causados pela dor lombar. Como consequência disso, reduzir em 30% os usuários da atenção básica com lombalgia em 12 meses.

4. Avaliação e Monitoramento

A avaliação das ações do projeto e o monitoramento dos resultados será feito a partir de consulta aos próprios usuários, em questionário em pós-consulta próprio para esse fim, ao final do tempo de organização e implantação das medidas. Avaliará as ações desenvolvidas e abrirá espaço para opiniões de como melhorar ou conduzir ações futuras.

Resultados Esperados

Dos 31 pacientes atendidos, 19 (61,3%) foram encaminhados a tratamento com Fisioterapia pelo Núcleo de Assistência da Saúde da Família (NASF), 27 (87,1%) receberam medicações sintomáticas (AINE's e analgésicos) por tempo limitado para alívio de dor aguda, 20 (64,5%) receberam prescrição de medicamento manipulado (Amitriptilina + Ciclobenzaprina + Piroxicam + Paracetamol + Ranitidina) para tratamento crônico da dor, 31 (100%) foram orientados a realizar alongamento durante 10 minutos antes e após as atividades laborais. Houveram 2 pacientes (6,5%) desistentes ao tratamento. E, dos 29 retornos, 10 (52,6%) relataram melhora parcial com a fisioterapia. 22 (81,5%) relataram melhora total dos sintomas por tempo limitado de AINE's e analgésicos e 5 (18,5%) relataram melhora parcial dos sintomas por tempo limitado. Todos que receberam medicação manipulada de uso contínuo relataram melhora total (75%) e parcial (25%) da dor. 18 (58%) relataram melhora com exercícios de alongamento.

Apenas 1 (3,4%) paciente foi demitido do trabalho por consequência da dor lombar. 23 (79%) relataram melhora da capacidade funcional no trabalho, sendo que apenas 2 foram remanejados para outros setores dentro da empresa que trabalhavam.

Referências

ANDRADE, S. C.; ARAÚJO, A. G. R.; VILAR, M. J. P. "Escola de coluna": revisão histórica e sua aplicação na lombalgia crônica. Rev. Bras. Reumatol, [S.l.], v. 45, n. 4, p. 224-228.

BRIGANÓ, J. U.; MACEDO, C. S. G. Análise da mobilidade lombar e influência da terapia manual e cinesioterapia na lombalgia. Semina: Ciências Biológicas e da Saúde, Londrina, v. 26, n. 2, p. 75-82.

SCOTT, A. et al. Trigger point injections for chronic non-malignant musculoskeletal pain. Alberta Heritage Foundation for Medical Research 2005 Disponível em: <http://www.ihe.ca/documents/HTA35.FINAL.pdf>.

Swinkels-Meewisse EJ, Swinkels RA, Verbeek AL, Vlaeyen JW, Oostendorp RA. Psychometric properties of the Tampa Scale for kinesiophobia and the fear-avoidance beliefs questionnaire in acute low back pain. Man Ther. 2003; 8:29-36.

Sociedade Brasileira de Reumatologia.

(www.spreumatologia.pt/files/publications/boletim-8-2010_s64_lombalgias_file.pdf).